Citind proiectul de Program al P.C.U.S.

Tot mai sus avîntul gîndirii ştiinţifice! (II)

D. OBBARIUS
candidat în ştiinţe pedagogice,
antrenor emerit al U.R.S.S.

Sprintul este o verigă slabă în atletismul nostru. Mulţi sint inclinaţi să caute rădăcinile acestei rămineri în urmă în imperfecţia tehnicii alergătorilor. Ni se pare că nu aceasta este principalul. Cauza se află în sistemul de antrenament, în lipsa lui de variaţie. Sprinterii noştri se antrenează după standardul prescris. In mod curent, ei fac alergări repetate pe parcursul obişnuit de distanţe scurte. O parte din ei utilizează aceleaşi procedee şi pe distanţe mari. In pantă ascendentă aleargă foarte puţini, iar în pantă descendentă doar unii. In acelaşi timp alergarea în pantă ascendentă este utilizată de diferiţi alergători de pretutindeni; între alţii, în mod intensiv recurg la aceasta fondiştii noştri. Dar despre alergarea în pantă ascendentă ca mijloc de dezvoltare a forţei musculare a scris încă în anul 1938 D.A. Semenov, într-un manual de atletism pentru institutele de invăţămînt. Idei interesante despre valoarea pozitivă a alergării pe pantă inclinată în scopul dezvoltării vitezei a formulat N. G. Ozolin în 1946 în lucrarea „Bazele antrenamentului în atletism". Am avut prilejul să cercetez în amănunt aceste două stiluri de antrenament între anii 1946—1952. Şi iată ce este curios: alergătorii noştri au inceput să utilizeze alergarea în pantă ascendentă numai după ce au făcut acest lucru alergătorii australieni, primii care au inclus-o în arsenalul lor de antrenament. Australienii au împrumutat această idee de la specialiştii noştri! Alergarea pe pantă descendentă este puţin populară astăzi, dar are un mare viitor. E posibil ca şi utilizarea ei să fie recunoscută. Dar oare mulţi sprinteri folosesc pista dreaptă de 200 de metri? Asupra tuturor a produs impresie alergarea pe 100 de metri a lui Ovanesian, la Spartachiada sindicatelor. Dar e ştiut că Ovanesian „a crescut" pe pista inclinată şi s-a „întărit" pe pista de 200 metri în linie dreaptă. Sprinterilor le este necesar un joc interesant ca mijloc de antrenament în alergare. Ei au nevoie în alergare şi de stimulente emoţionale. In această privinţă, specialiştii noştri au un cîmp vast de cercetări.

Exemplele de mai sus de conservatorism nu sint izolate. Sarcina cercetătorilor este de a deschide sportivilor şi antrenorilor drumul spre nou, spre tot ceea ce este progresist în antrenament şi tehnică.

Ritmul creşterii rezultatelor sportive este limitat de oboseala provenită din antrenament. Noi pierdem foarte multă vreme cu odihna între grupele de exerciţii intensive. Trebuie descoperită calea unei refaceri rapide a potenţialului.

Traumatismele sint un mare rău pentru activitatea sportivilor. Chiar cea mai neinsemnată vătămare a aparatului locomotor îi scoate din circuitul antrenamentelor pe mulţi atleţi. Ce putem pune la dispoziţie în vederea unei rapide vindecări? Cortizonoterapia, cuarţul etc. Fricţionările regeneratoare aproape că nu se utilizează. Ele trebuie introduse în practică.

Metoda electromiografică aduce multe noutăţi în studierea tehnicii sportive. Ea va da posibilitatea de a controla nemijlocit conţinutul mişcărilor. Trebuie salutată activitatea lui I. Ratov, V. Fedorov şi M. Mirski, care lucrează în această direcţie şi popularizează metoda lor (revista „Legkaia atletika" nr. 7/1961).

Fondistul aleargă, antrenorul îi urmăreşte mişcările şi timpul parcurgerii anumitor distanţe, dar cum se produc în timpul activităţii acestuia procesele interne din organism şi în primul rînd în inima atletului, nu ştie nimeni. In vremea istoricului zbor cosmic al lui Gherman Titov, savanţii au primit informaţii precise despre activitatea organismului acestuia pe parcursul a sute de kilometri. In această privinţă de mare ajutor le-a fost tehnica. Electronica trebuie să fie pusă la dispoziţia antrenorilor. Fără aceste mijloace sfaturile antrenorului sint neobiective, pot avea un caracter primitiv, empiric.

Citeva cuvinte despre măsurile în vederea pregătirii cadrelor ştiinţifice şi pedagogice în lumina sarcinilor C.C. al P.C.U.S. şi Consiliului de Miniştri.

Am avut în faţă dizertaţia maestrului emerit al sportului V. V. Kuznetov. Autorul este cunoscut întregii lumi ca recordman la aruncarea suliţei. Tema lucrării sale a fost „Cercetarea problemelor de învăţare a aruncării cu suliţa". Fiind în plină cunoştinţă de cauză, autorul ajunge la concluzii juste. Pe baza cercetării experienţei personale, el dă preţioase sfaturi practice. La rîndul lor aceste recomandări au fost verificate în activitatea proprie. Despre acestea ştim şi noi: în procesul muncii asupra dizertaţiei Kuzneţov a ajutat în privinţa însuşirii tehnicii aruncării cu suliţa pe foarte mulţi sportivi, între alţii pe decatloniştii I. Kutenko şi M. Storojenko. O asemenea muncă ştiinţifică împletită cu practica este demnă de a fi răspîndită.

Fără îndoială, dezvoltarea ştiinţei în domeniul culturii fizice poate merge din succes în succes dacă activitatea specialiştilor se va bucura de îndrumare şi de control. In lumina noilor sarcini, reieşite din proiectul de Program, trebuie ridicată la un nivel şi mai înalt munca consiliilor ştiinţifico-metodice. Introducerea cuceririlor ştiinţei în practica sportivă, lupta hotărîtă împotriva conservatorismului — iată sarcina ce stă în faţa consiliului ştiinţifico-metodic al Consiliului Central al organizaţiilor sportive din U.R.S.S.

Antrenorii şi sportivii aşteaptă de la specialiştii noştri lucrări şi cercetări care să le ajute la obţinerea de noi şi noi succese, spre gloria sportivă a patriei.

(Din „Sovieţki sport")

N.R. Publicînd acest material, considerăm că multe idei şi observaţii cuprinse în el sint de o vie actualitate şi pentru mişcarea sportivă din ţara noastră la o serie de discipline în care cercetarea ştiinţifică încă nu se află în pas cu progresele tehnicii pe plan mondial. Dorinţa noastră este să deschidem cu acest prilej o discuţie în rîndul specialiştilor, al căror cuvînt este necesar în dezbaterea unor probleme de mare însemnătate pentru mersul înainte în procesul de instruire şi antrenament la toate ramurile de sport. Valorificarea a tot ceea ce este progresist în tehnica sportivă trebuie să stea în atenţia cercetătorilor noştri. Introducînd în practica sportivă, alături de elementele tradiţionale, cele mai noi procedee de antrenament, specialiştii noştri au datoria să se apropie mai mult decît pînă acum de activitatea de pe terenuri şi din sălile de sport. Lor le revine sarcina să elaboreze cele mai eficiente mijloace de antrenament şi instruire, care să ridice la un nivel mai înalt activitatea unor discipline rămase în urmă. Ne referim în special la fotbal, gimnastică, nataţie şi la unele probe din atletism, la care încă nu am înregistrat performanţele aşteptate pe măsura condiţiilor create.

Cercetătorii noştri au cuvîntul!

O frumoasă victorie a baschetbaliştilor bucureşteni în Uniunea Sovietică

BAKU 29 (Agerpres). — Continuîndu-şi turneul în U.R.S.S. echipele de baschet ale oraşului Bucureşti au susţinut noi jocuri la Baku.

In faţa selecţionatelor asociaţiei sportive studenţeşti Burevestnik, echipa noastră feminină a obţinut un rezultat egal (44—44) în timp ce la masculin au cîştigat gazdele (70—62).

Joi seara baschetbaliştii bucureşteni au intilnit selecţionatele capitalei R.S.S. Azerbaidjene. In meciul dintre echipele masculine victoria a revenit echipei romîne cu scorul de 76—58 (35—34). Corespondentul sportiv al agenţiei TASS subliniază că baschetbaliştii bucureşteni au practicat un joc rapid, tehnic, bine coordonat. Cei mai buni jucători ai romînilor au fost Novacek, care a înscris 20 de puncte şi Nedef, excelent dirijor al atacului. Partida care a opus echipele feminine ale oraşelor Bucureşti şi Baku s-a încheiat cu scorul de 37—34 (22—19) în favoarea gazdelor.

Spartak Varşovia joacă la 11 octombrie în Capitală

După vizita formaţiilor feminine poloneze Legia Varşovia şi Gedania Gdansk, iată că o altă echipă din R.P. Polonă, este vorba de formaţia masculină SPARTAK VARŞOVIA, va întreprinde un turneu în ţara noastră. Oaspeţii vor disputa prima partidă în Capitală, la 11 octombrie, în compania voleibaliştilor de la Flacăra roşie.

Pregătirile acestora au început de mai multă vreme, prin participarea la competiţia de volei dotată cu „Cupa Flacăra roşie". In ultima etapă s-au înregistrat următoarele rezultate: Progresul — Flacăra roşie 3—2 şi C.C.A. — Dinamo 3—1. Terminînd fără nici o înfrîngere, C.C.A. a cucerit trofeul pus în joc, fiin[d] urmată în clasament de Progresu[l], Flacăra roşie şi Dinamo.

Pregătirile echipelor bucureştene în vederea turneului formaţiei Sparta[k] Varşovia continuă cu prilejul une[i] alte competiţii care începe miine. Este vorba de „Cupa Dinamo" la care vor lua parte echipele Rapid, Progresul, Dinamo, Flacăra roşie, C.C.A., Dinamo I (din campionatul de calificare). Prima etapă are loc miine în sala Dinamo, începînd de la ora 8,30.

Campionatul de fotbal al U.R.S.S.

Campionatul de fotbal al U.R.S.S. intră miine în faza sa decisivă — prima etapă a returului turneului final. In cursul săptămînii s-au desfăşurat noi jocuri — ultima etapă a turului turneului final. Intrecînd cu 3—2 pe Dinamo Tbilisi, echipa moscovită Spartak a înregistrat cea de a şasea sa victorie consecutivă în cadrul campionatului, ultimele cinci obţinute în cadrul turneului final. Intr-un important derbi moscovit Torpedo, liderul clasamentului, a întrecut cu 3—0 pe Ţ.S.K.A., distanţîndu-se pentru moment la un punct de Dinamo Kiev, care nu a reuşit să învingă pe Lokomotiv Moscova: 2—2. Alte rezultate: Pahtakor — Avangard 3—1, Spartak Erevan — S.K.A. Rostov 2—5. In clasament: Torpedo 38 p., Dinamo Kiev 37, Spartak Moscova 35, Ţ.S.K.A. 33, Lokomotiv 31, Dinamo Tbilisi 30, Spartak Erevan şi Avangard — cîte 27, Pahtakor 26, S.K.A. Rostov 25 p. etc.

Inotătoarele din R. P. Chineză cuceresc noi succese

După proclamarea Republicii Populare Chineze, în întreaga ţară au fost create minunate condiţii de dezvoltare a mişcării de cultură fizică şi sport. In rîndul disciplinelor sportive care au înflorit în China nouă se numără şi nataţia. In numeroase oraşe şi sate au fost construite bazine de înot modern utilate, unde mase întregi de tineri şi tinere au posibilitatea să practice cu regularitate acest sport dătător de sănătate.

Şcolari şi şcolăriţe din Tientsin îşi încep lecţia de înot făcînd exerciţii la gimnastică.

Este foarte interesant de notat popularitatea de care începe să se bucure nataţia în rîndul femeilor chineze. In ultimii ani, această disciplină sportivă atrage nu numai tinerele din uzinele, şcolile şi instituţiile de la oraş, ci chiar pe acelea din cele mai îndepărtate sate.

Larga răspîndire a nataţiei în rîndul elementului feminin a avut ca rezultat descoperirea de talentate campioane şi recordmane de înot. In 1958, R. P. Chineză a confirmat prima maestră a sportului dintre înotătoare, pe Dai Li-hua din Şanhai, după care a urmat Fu Tui-nei din Fu Tsian şi Tan Van-sui din Guan Dun. Numeroase alte nume întregesc astăzi lista maestrelor sportului din rîndul înotătoarelor chineze. In cursul anului trecut, o tînără de 16 ani Cian Sio-bin din provincia Ce-Tian a ameliorat de cinci ori recordul naţional pe 100 m stil craul, aducîndu-l la 1:06,9. Tot ei îi aparţine şi recordul pe 200 m în acelaşi stil cu 2:34,3. In sezonul actual sportiva din Şanhai, Ciou Iun-ţi a stabilit un nou record al ţării pe 200 m spate, cu rezultatul de 2:59,0.

E semnificativ de notat că printre finalistele campionatelor de nataţie ale R. P. Chineze, desfăşurate în acest an, se numără nu mai puţin de 35 de junioare. Clasa lor creşte foarte rapid. De pildă, Lin San-he, care anul trecut debuta în campionatele ţării la 100 m bras, a cucerit în actuala ediţie titlul de campioană în această probă cu rezultatul de 1:23,3. Tot ea deţine recordul naţional cu remarcabilul rezultat de 1:19,6. Campioana la 100 m spate este o tînără de numai 14 ani din Guan Dun, şcolăriţa Miao Siao-min, care a lăsat în urmă în finala probei numeroase sportive consacrate.

Şi este neîndoios că în rîndul celor 304 înotătoare, calificate dintr-o serie întreagă de competiţii premergătoare în finalele campionatelor de junioare ale R. P. Chineze se află numeroase viitoare campioane şi recordmane de înot ale ţării.

VAN ŞAO-ŢIU
ziarist din R. P. Chineză



● După terminarea campionatulu[i] mondial de haltere, la Viena a av[ut] loc un mare concurs cu prilejul că[]ruia renumitul halterofil sovietic Iuri Vlasov a stabilit un nou record mondial la categoria grea, stilul aruncat, cu o performanţă de 208 kg. Vechiu[l] record era de 206 kg. şi aparţinea tot lui Vlasov.

● PENTRU a doua oară consecutiv, titlul de campion mondial la ciclism artistic (acrobatic) a revenit elveţianului Arnold Tschopp, care a totalizat 341,00[] puncte. El a fost urmat de Gerhar[d] Brauer (R. D. Germană) cu 331,004 p.

● După o zi de pauză, turneul de şah de la Bled a fost reluat cu desfăşurarea celei de a 16-a runde. Numai trei partide s-au încheiat în timpul regulamentar. Tal a cîştigat la Germek, iar partidele Gligorici — Trifunovici şi Parma — Matanovici s-au terminat remiză. La întrerupere, Fischer deţine avantaj poziţional în faţa lui Keres. In clasament conduce Tal cu 12 puncte, urmat de Fischer 11 (1), Gligorici 11, Keres şi Petrosian 10 (1).

● COMITETUL de organizare a viitoarelor campionate mondiale de fotbal a comunicat federaţiilor de specialitate din ţările ale căror echipe se vor califica pentru turneul final că sint obligate ca pînă la 15 martie 1962 să înainteze lista jucătorilor selecţionaţi în loturi (40 de oameni) cu fotografiile lor, iar la 22 ma[i] — lista definitivă cu cei 22 de jucători. Se menţionează că după data de 22 m[ai] nu vor mai fi admise nici un fel de m[o]dificări în listele înaintate.

● Echipa de lupte libere a R. P. Romîne a susţinut un nou meci în cadrul turneului ce-l întreprinde în U.R.S.S. Intilnind la Erevan reprezentativa R.S.S. Armene, echipa noastră a fost întrecută cu scorul de $5^1/_2$—$2^1/_2$. Victoriile echipei romîne au fost aduse de Ballo şi Halhaz, Balogh a obţinut un meci nul.

● ECHIPA de baschet Spartak Sokolovo din Praga a efectuat recent un turneu în Italia şi Grecia. Ea a cîştigat toate cele 12 meciuri disputate, cu [un] cosaveraj de 847:674.

● Viitoarea ediţie a campionatului mondial masculin de baschet va avea loc în decembrie anul viitor [la] Manilla (Filipine). Printre ţările [care] şi-au confirmat pînă acum [participa]rea se numără: U.R.[S.S.], Japonia, Iugosla[via] [...] Rico etc.

● RECORDUL R. P. [...] me bărbaţi a cuno[sc]ut o as[censiune] vertiginoasă în ultimii ani. Dacă, cu patru ani în urmă el era de numai 2,0[] m, astăzi atletul Ni Ci-ţiu l-a „urcat" pînă la 2,10 m. Ultima performanţă [a] fost stabilită zilele trecute în cadrul unui concurs desfăşurat la Pekin. Autorul recordului are doar 18 ani, iar în întrecerea în care a stabilit recordul [a] început să sară la 1,90 m, trecînd di[n] prima încercare toate înălţimile.

FOTBAL PE GLOB

IN PRELIMINARIILE CAMPIONATULUI MONDIAL

Incep să se clarifice lucrurile în tot mai multe grupe preliminare ale campionatului mondial. Miercuri, de pildă, în cadrul grupei a doua, Franţa a întrecut cu 5—1 pe Finlanda, acumulînd din trei partide disputate punctajul maxim: 6. In cazul cînd selecţionata bulgară va întrece în meci revanşă echipa Finlandei, atunci meciul decisiv se va desfăşura la 12 noiembrie la Sofia: R.P. Bulgaria—Franţa. Pînă atunci, iată cum arată clasamentul:

1. Franţa	3	3	0	0	10:2	6
2. R.P. Bulgaria	2	1	0	1	2:3	2
3. Finlanda	3	0	0	3	2:9	0

Oarecum asemănătoare este situaţia şi în grupa a şasea: întrecînd joi cu 4—1 selecţionata Luxemburgului, echipa Angliei a acumulat 5 puncte din trei meciuri disputate. Echipa Portugaliei, aflată pe locul II în serie, are trei puncte din două jocuri. Meciul care va opune echipele cu şanse de calificare va avea loc la Londra la 25 octombrie, fapt ce dă o şansă în plus echipei gazdă.

1. Anglia	3	2	1	0	14:2	5
2. Portugalia	2	1	1	0	7:1	3
3. Luxemburg	3	0	0	3	1:19	0

INTILNIRI INTERNAŢIONALE

Returul întîlnirii Juventus Torino — Panathinaikos Atena, contînd pentru „Cupa Campionilor Europeni", a revenit echipei italiene cu scorul de 2—1. Juventus se califică pentru turul următor al competiţiei. Rezultate din „Cupa Cupelor": Spartak Varna — Rapid Viena 2—5; Ujpest — Floriana (Malta) 10—2; Leicester City — Glenarvon (Irl. de Nord) 3—1; Dunferline (Scoţia) — St. Patrick (Irlanda) 4—1; Atletico Madrid — Sedan (Franţa) 4—1. In „Cupa oraşelor-tîrguri": M.T.K. Budapesta — R.C. Strasbourg 10—2; F.C. Köln — Internazionale 4—2.

x x Redacţia şi administraţia: Bucureşti, str. Vasile Conta nr. 16, telefon 11.10.05. Interurban 72, nr. 1—2. Intreprinderea Poligrafică Nr. 2, str. Brezoianu 23—25.